



ШКОЛА №444

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«ШКОЛА №444»



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ Школа № 444

И.А. Северинец

Общеразвивающая программа дополнительного образования
в рамках проекта «Московское долголетие»

«Компьютерная грамотность»

Срок реализации: 1 год
Направленность: Техническая
Возраст участников: от 55 лет

Педагоги, реализующие программу:

Колтунов Роман Павлович

Кулешова Елена Ивановна

2020 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

(Общая характеристика программы)

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

В связи с широким распространением информационно-коммуникационных технологий в современном мире у многих категорий граждан появляется проблема информационного неравенства. Чаще всего от этого страдают лица пенсионного возраста.

Реалии современной России породили объективную потребность в разработке практических мер по обучению пожилых людей новым информационным технологиям: получение новых знаний в использовании компьютера, изучение функций мобильных телефонов, использование банковских пластиковых карт, электронная оплата услуг ЖКХ и др.

В ходе реализации курса будут решены следующие задачи: уменьшение количества информационно-неграмотного населения пенсионного возраста, повышение качества жизни пожилых граждан.

Цель и задачи программы

Цель программы:

- Сформировать информационную грамотность граждан пенсионного возраста;
- Повысить качество жизни пожилых граждан посредством внедрения современных информационно-коммуникационных технологий в повседневную жизнь.

Задачи программы:

- обучить первичным навыкам работы с персональным компьютером;
- изучить технологию использования информационно-коммуникационных средств;
- обеспечить необходимый уровень практических умений работы на персональном компьютере, с целью дальнейшего использования полученных знаний в практике повседневной жизни;
- научить слушателя эффективной и безопасной работе в глобальной сети Интернет;
- изучить процесс получения электронных услуг через Интернет;
- расширить возможности общения посредством Интернета.

Категория слушателей по программе: возраст слушателей 55-70 лет

Срок реализации программы: 68 часов.

Формы и режим занятий:

Форма обучения:

- очная
- групповая (занятия проводятся в группах, численный состав группы – 12 – 15 человек).

Прогнозируемые (ожидаемые) результаты программы:

В результате освоения программы слушатель должен уметь:

- уверенно общаться с персональным компьютером;
- работать с устройствами внешней памяти компьютера (жесткий диск, флэш-память);
- работать с электронной почтой, быстро находить в Интернете необходимую информацию и сохранять ее на жестком диске компьютера;
- пользоваться услугами электронного правительства России и Москвы;
- совершать покупки и оплату услуг через Интернет;
- пользоваться возможностями российских и зарубежных социальных сетей;
- пользоваться услугами мессенджеров и интернет-телефонии.

В результате программы слушатель должен знать:

- устройство компьютера;
- основное программное обеспечение, необходимое рядовому пользователю;
- возможности общения в глобальной сети Интернет;
- об основных полезных Интернет-ресурсах;
- возможности поисковых систем;
- возможности общения в социальных сетях, с помощью мессенджеров и интернет-телефонии.

Механизм выявления образовательных результатов программы:

Для оценки результатов будут использоваться такие методы как анкетирование, беседы, систематические наблюдения на занятиях.

Формы подведения итогов реализации программы: анкетирование.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебно-тематический план

№ п/п	Названия разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1.	Персональный компьютер.	2	1,5	0,5	Смотр знаний, умений и навыков.
1.1.	Введение. Техника безопасности при работе с ПК.	1	1	–	
1.2.	Состав персонального компьютера	1	0,5	0,5	
2.	Операционная система.	20	5	15	Смотр знаний, умений и навыков.
2.1.	Операционная система.	1	0,5	0,5	
2.2.	Графический экранный интерфейс.	1	0,5	0,5	
2.3.	Работа с манипулятором «Мышь»	1	0,5	0,5	
2.4.	Отработка навыков управления мышью	1	–	1	
2.5.	Работа с клавиатурой.	1	0,5	0,5	
2.6.	Клавишный тренажер.	1	–	1	
2.7.	Работа с папками и файлами	2	0,5	1,5	
2.8.	Операции создания, удаления, перемещения файлов и папок.	2	–	2	
2.9.	Работа с внешними носителями информации (жестким диском)	1	–	1	
2.10.	Работа с внешними носителями информации (USB-флешкой)	1	–	1	
2.11.	Просмотр фотографий, фильмов, прослушивание музыки на ПК	1	–	1	
2.12.	Запуск установленных программ. Поиск файлов на компьютере.	1	0,5	0,5	
2.13.	Установка новых программ на ПК.	1	0,5	0,5	
2.14.	Создание архивов.	1	0,5	0,5	
2.15.	Компьютерные вирусы. Антивирусные программы	1	0,5	0,5	
2.16.	Проверка антивирусом съемных дисков	1	–	1	
2.17.	Встроенное прикладное программное обеспечение. Калькулятор.	1	0,5	0,5	
2.18.	Программа Блокнот	1	–	1	
3.	Глобальная сеть Интернет.	14	1,5	12,5	Смотр знаний, умений и навыков.
3.1.	Глобальная сеть. Браузеры	1	0,5	0,5	
3.2.	Поисковые системы.	1	0,5	0,5	
3.3.	Работа в поисковой системе Яндекс: поиск информации	2	–	2	

3.4.	Работа в поисковой системе Яндекс: видео, картинки	1	—	1	
3.5.	Яндекс.Карты. Яндекс.Переводчик	1	—	1	
3.6.	Работа в поисковой системе Google: поиск информации	2	—	2	
3.7.	Работа в поисковой системе Google: картинки	1	—	1	
3.8.	Google.Карты. Google.Переводчик	1	—	1	
3.9.	Видеохостинг YouTube. Каналы	2	0,5	1,5	
3.10.	Поиск и просмотр видео на YouTube	2	—	2	
4.	Электронная почта.	8	0,5	7,5	практическая работа
4.1.	Электронная почта: назначение, возможности.	1	0,5	0,5	
4.2.	Создание электронной почты.	1	—	1	
4.3.	Работа с электронными письмами.	2	—	2	
4.4.	Письма с вложениями	2	—	2	
4.5.	Сервисы почты. Настройка почтового ящика	2	—	2	
5.	Электронные услуги в сети Интернет.	12	2	10	практическая работа
5.1.	Портал государственных услуг www.gosuslugi.ru . Регистрация.	1	0,5	0,5	
5.2.	Личный кабинет на портале Госуслуги.	1	—	1	
5.3.	Каталог услуг. Поиск и получение услуги	2	—	2	
5.4.	Сайты Правительства РФ и Москвы	1	0,5	0,5	
5.5.	Электронные приемные Правительства РФ и Москвы.	2	0,5	1,5	
5.6.	Личный кабинет на портале mos.ru	1	—	1	
5.7.	Каталог услуг. Поиск и получение услуги на mos.ru	2	—	2	
5.8.	Сбербанк Онлайн. Возможности системы	1	0,5	0,5	
5.9.	Личный кабинет в Сбербанк Онлайн.	1	—	1	
6.	Общение в глобальной сети	10	1,5	8,5	Смотр знаний, умений и навыков.
6.1.	Интернет-телефония. Установка программы Skype.	1	0,5	0,5	
6.2.	Регистрация в программе Skype. Тестовый звонок.	1	—	1	
6.3.	Добавление абонента. Общение в чате.	2	—	2	
6.4.	Мессенджеры WhatsApp, Viber	1	0,5	0,5	

6.5.	Отправка сообщений в мессенджерах	1	–	1	
6.6.	Российские и зарубежные социальные сети.	1	0,5	0,5	
6.7.	Регистрация в социальной сети «Одноклассники». Заполнение профиля.	1	–	1	
6.8	Общение в сети «Одноклассники»	2	–	2	
7.	Итоговое занятие.	2	–	2	анкетирование
Итого:		68	12	56	

Примечание. Расчёт часов учебно-тематического плана представлен на:
– одну учебную группу.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(Содержание учебно-тематического плана)

1 раздел. Персональный компьютер.

Тема 1.1. Введение. Техника безопасности при работе с ПК.

Понятие информационно-коммуникационных технологий. Информационно-коммуникационные технологии в повседневной жизни. Организация рабочего места. Техника безопасности при работе с персональным компьютером. Преодоление психологического барьера.

Тема 1.2. Состав персонального компьютера.

Устройство персонального компьютера: основные устройства, дополнительные устройства. Обслуживание ПК.

2 раздел. Операционная система.

Тема 2.1. Операционная система.

Понятие операционной системы. Назначение операционной системы. Виды операционных систем. Операционная система Windows 7. Включение и выключение ПК.

Тема 2.2. Графический экранный интерфейс.

Изучение состава интерфейса пользователя: рабочий стол, главное меню, панель задач, значки и ярлыки программ, указатель мыши.

Тема 2.3. Работа с манипулятором «Мышь».

Назначение мыши, клавиш мыши. Указатель мыши: виды и функции. Щелчок ЛКМ, ПКМ, двойной щелчок. Настройка параметров мыши.

Тема 2.4. Отработка навыков управления мышью.

Отработка навыков управления мышью: щелчок ЛКМ, ПКМ, двойной щелчок, перетаскивание объектов, выделение объектов.

Тема 2.5. Работа с клавиатурой.

Назначение клавиатуры. Группы клавиш и их назначение. Курсор. Ввод символов верхнего регистра. Переключение раскладки клавиатуры.

Тема 2.6. Клавишный тренажер.

Отработка навыков работы на клавиатуре.

Тема 2.7. Работа с папками и файлами.

Знакомство с понятиями «файл» и «папка» и приёмами работы с ними. Имя файла. Организация папок. Имя папки.

Тема 2.8. Операции создания, удаления, перемещения файлов и папок.

Создание и переименование файлов, папок. Удаление объектов в Корзину, очистка Корзины. Перемещение файлов и папок с рабочего стола, в папку, на жесткий диск. Создание ярлыка.

Тема 2.9. Работа с внешними носителями информации (жестким диском).

Принципы хранения информации на компьютере. Работа с объектом Компьютер. Просмотр информации о дисках. Просмотр содержимого дисков. Перенос файлов и папок на жесткий диск.

Тема 2.10. Работа с внешними носителями информации (USB-флешкой).

Подключение и безопасное извлечение USB-флешки. Просмотр информации о накопителе. Просмотр содержимого USB-флешки. Перенос файлов и папок на USB-флешку.

Тема 2.11. Просмотр фотографий, фильмов, прослушивание музыки на ПК.

Просмотр изображений и видео с помощью представления файлов в папке и области предварительного просмотра. Просмотр изображений с помощью стандартных приложений «Просмотр фотографий Windows» и «Фотоальбом». Просмотр видео и прослушивание музыки с помощью стандартного приложения «Проигрыватель Windows Media».

Тема 2.12. Запуск установленных программ. Поиск файлов на компьютере.

Просмотр списка установленных программ в главном меню. Запуск приложений. Поиск программ и документов на компьютере с помощью поисковой строки главного меню и окна папки.

Тема 2.13. Установка новых программ на ПК.

Инсталляция приложений. Выбор размещения устанавливаемого приложения. Настройка отображения ярлыков на рабочем столе и в главном меню.

Тема 2.14. Создание архивов.

Архивы. Сжатие документов. Создание архива. Извлечение из архива.

Тема 2.15. Компьютерные вирусы. Антивирусные программы.

Компьютерные вирусы. Основы безопасности при работе со съемными носителями и в глобальной сети. Антивирусные программы.

Тема 2.16. Проверка антивирусом съемных дисков.

Установка антивирусной программы. Сканирование дисков на наличие вирусов. Обезвреживание вирусов.

Тема 2.17. Встроенное прикладное программное обеспечение. Калькулятор.

Прикладное программное обеспечение. Виды стандартных приложений Windows и их назначение. Программа для выполнения расчетов «Калькулятор».

Тема 2.18. Программа Блокнот.

Текстовый редактор Блокнот. Возможности программы. Набор, редактирование, сохранение и печать текста.

3 раздел. Глобальная сеть Интернет.

Тема 3.1. Глобальная сеть. Браузеры.

Понятие глобальной сети Интернет. Аппаратное и программное обеспечение для работы в сети. Виды браузеров и их сравнительные характеристики. Запуск браузера. Адрес сайта, открытие сайта по адресу.

Тема 3.2. Поисковые системы.

Поисковые системы, их назначение. Российские и зарубежные поисковые системы: Yandex, Google, Rambler, Bing, Yahoo и др.

Тема 3.3. Работа в поисковой системе Яндекс: поиск информации.

Поисковая система Yandex. Интерфейс поисковой системы. Голосовой ввод. Экранная клавиатура. Сервисы поисковой системы. Просмотр афиши и расписания движения поездов.

Тема 3.4. Работа в поисковой системе Яндекс: видео, картинки.

Использование сервисов Яндекс для поиска видео и изображений. Фильтрация поиска. Сохранение результатов поиска.

Тема 3.5. Яндекс.Карты. Яндекс.Переводчик.

Использование сервиса Яндекс.Карты для поиска адреса, построения маршрута, просмотра панорам и фотографий улиц. Изменение отображения карт: слои, пробки.

Использование сервиса Яндекс.Переводчик для перевода текстов с иностранного языка на русский и обратно. Голосовой ввод текста. Прослушивание результата перевода.

Тема 3.6. Работа в поисковой системе Google: поиск информации.

Поисковая система Google. Интерфейс поисковой системы. Голосовой ввод. Экранная клавиатура. Сервисы поисковой системы.

Тема 3.7. Работа в поисковой системе Google: картинки.

Использование сервисов Google для поиска изображений. Фильтрация поиска. Сохранение результатов поиска.

Тема 3.8. Google.Карты. Google.Переводчик.

Использование сервиса Google.Карты для поиска адреса, построения маршрута, просмотра панорам и фотографий улиц. Изменение отображения карт: слои, пробки.

Использование сервиса Google.Переводчик для перевода текстов с иностранного языка на русский и обратно. Голосовой ввод текста. Прослушивание результата перевода.

Тема 3.9. Видеохостинг YouTube. Каналы.

Использование видеохостинга YouTube для поиска видео. Интерфейс сайта. Добавление видео в библиотеки «Посмотреть позже» и «Понравившееся». Подписка на каналы.

Тема 3.10. Поиск и просмотр видео на YouTube.

Поиск и просмотр видео на YouTube на заданные темы.

4 раздел. Электронная почта.

Тема 4.1. Электронная почта: назначение, возможности.

Электронная почта: назначение, возможности. Бесплатные почтовые серверы.

Тема 4.2. Создание электронной почты.

Создание и настройка электронной почты. Настройка параметров письма.

Тема 4.3. Работа с электронными письмами.

Создание, отправление и получение писем. Спам. Удаление писем. Пометка писем «Важное», «Прочитано». Снятие меток. Закрепление важных писем.

Тема 4.4. Письма с вложениями.

Создание и получение писем с вложением. Просмотр вложений. Скачивание вложений.

Тема 4.5. Сервисы почты. Настройка почтового ящика.

Список контактов: просмотр, добавление новых, редактирование и удаление. Настройка почтового ящика: добавление подписи под письмом, создание меток письма.

5 раздел. Электронные услуги в сети Интернет.

Тема 5.1. Портал государственных услуг www.gosuslugi.ru. Регистрация.

Понятие об электронном правительстве, электронных услугах. Регистрация на портале государственных услуг. Перечень необходимых документов.

Тема 5.2. Личный кабинет на портале Госуслуги.

Работа с формой заполнения личных данных. Процедура проверки и подтверждения введенных данных. Процедура подтверждения личности: личное обращение, заказное письмо, с помощью средства электронной подписи или универсальной электронной карты.

Тема 5.3. Каталог услуг. Поиск и получение услуги.

Услуги, получаемые через портал. Поиск услуги. Оформление заявки на получение услуги. Просмотр результата оказанной услуги.

Тема 5.4. Сайты Правительства РФ и Москвы.

Сайты Правительства РФ и Москвы: интерфейс сайта. Просмотр новостей о деятельности Правительства. Просмотр страниц ведомств Правительств. Поиск необходимой информации: адреса приемных, время работы и телефонов служб. Поиск документов.

Тема 5.5. Электронные приемные Правительства РФ и Москвы.

Обращение через электронные приемные. Правила обращений. Прикрепление к обращению приложений. Выбор вариантов получения ответа.

Тема 5.6. Личный кабинет на портале mos.ru.

Работа с формой заполнения личных данных. Процедура проверки и подтверждения введенных данных. Процедура подтверждения личности: личное обращение, заказное письмо, с помощью средства электронной подписи или универсальной электронной карты.

Тема 5.7. Каталог услуг. Поиск и получение услуги на mos.ru.

Услуги, получаемые через портал. Поиск услуги. Оформление заявки на получение услуги. Просмотр результата оказанной услуги. Запись ко врачу. Услуги ЖКХ. Портал «Наш город».

Тема 5.8. Сбербанк Онлайн. Возможности системы.

Интернет-банкинг. Возможности управления банковским счетом через интернет-портал. Регистрация на портале Сбербанк Онлайн. Услуги, получаемые через портал.

Тема 5.9. Личный кабинет в Сбербанк Онлайн.

Просмотр информации по картам, вкладам, кредитам. Операции перевода денежных средств. Оплата услуг. Просмотр истории операций.

6 раздел. Общение в глобальной сети.

Тема 6.1. Интернет-телефония. Установка программы Skype.

Понятие интернет-телефонии. Видеообщение. Виды программ. Программа Skype. Загрузка (инсталляция) программы «Skype».

Тема 6.2. Регистрация в программе Skype. Тестовый звонок.

Регистрация в программе Skype. Заполнение личных данных. Работа в программе Skype: тестовый звонок. Видеозвонок.

Тема 6.3. Добавление абонента. Общение в чате.

Добавление абонента в контакты. Список контактов. Управление контактами. Общение в чате. Телефонный звонок.

Тема 6.4. Мессенджеры WhatsApp, Viber.

Назначение мессенджеров. Регистрация, настройка профиля, поиск и добавление друзей.

Тема 6.5. Отправка сообщений в мессенджерах.

Отправление текстовых сообщений, голосовых сообщений, сообщений с вложениями.

Тема 6.6. Российские и зарубежные социальные сети.

Назначение и возможности социальных сетей. Российские и зарубежные социальные сети: Facebook, Одноклассники, ВКонтакте.

Тема 6.7. Регистрация в социальной сети «Одноклассники». Заполнение профиля.

Регистрация в социальной сети «Одноклассники». Заполнение профиля. Поиск и добавление друзей.

Тема 6.8. Общение в сети «Одноклассники».

Общение в сети «Одноклассники»: отправление личных сообщений, общение в форумах. Размещение информации в ленте. Репост.

7 раздел. Итоговое занятие.

Подведение итогов. Анкетирование.

Материально-техническое обеспечение программы

Требования к помещению(ям) для занятий: помещение кабинета информатики удовлетворяет требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя;
- технические средства обучения (средства ИКТ): компьютеры (рабочие станции с CD ROM (DVD ROM); рабочее место педагога с модемом, одноранговая локальная сеть кабинета, Интернет); периферийное оборудование и оргтехника (принтер на рабочем месте педагога, сканер на рабочем месте педагога, копировальный аппарат, гарнитура, веб-камера, цифровой фотоаппарат, проектор и экран);
- компьютеры на рабочих местах с системным программным обеспечением (для операционной системы Windows), системами программирования и прикладным программным обеспечением по каждой теме программы;
- вспомогательное оборудование;
- комплект технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

В процессе освоения программы слушатели имеют возможность доступа к электронным учебным материалам по информатике, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам, материалам ЕГЭ и др.)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список использованной литературы:

1. Компьютерная грамотность: Учебно-методическое пособие для преподавателей. – Екатеринбург: ИД "Ажур", 2015. – 84 с.
2. Холмогоров В. Персональный компьютер: Лучший самоучитель / В. Холмогоров. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013. – 256 с.
3. Понятный интернет для старшего поколения [Электронный ресурс] // Обучающие пособие / Коллектив.- Министерство социальной политики Нижегородской области при поддержке Google: Режим доступа: <http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=4374296>

Интернет-ресурсы:

1. Официальные порталы органов государственной власти:
 - 1) Сайт Президента Российской Федерации (www.kremlin.ru);
 - 2) Портал Правительства Российской Федерации (www.government.ru);
 - 3) Сайт Министерства здравоохранения Российской Федерации (www.rosminzdrav.ru);
 - 4) Сайт Министерства образования и науки Российской Федерации (www.mon.gov.ru);
 - 5) Сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации (www.rosmintrud.ru);
 - 6) Сайт Пенсионного фонда Российской Федерации (www.pfrf.ru);
 - 7) Портал государственных и муниципальных услуг (www.gosuslugi.ru);
 - 8) Региональный портал государственных (муниципальных) услуг (www.mos.ru);
2. Сайт Союза пенсионеров России <http://www.rosensioner.ru>;
3. Сайт Экспертного центра электронного государства <http://d-russia.ru/konkurs>;
4. Познавательно-развлекательный журнал Пенсионерка <http://pensionerka.net/>;
5. Социальная программа «Бабушка и Дедушка онлайн <http://babushka-on-line.ru/>;
6. Интернет-журнал «Третий возраст» (<http://www.3vozrast.ru/>);
7. Социальный портал «Золотой возраст» (<http://www.zolotoivozrast.ru/>);

8. Примерная программа обучения граждан Российской Федерации
пожилого возраста пользованию средствами ИКТ и интернет-
коммуникациями

<http://social.e-democratia.ru/wp-content/uploads/2012/02/3.pdf>